

---

UNIVERSITI SAINS MALAYSIA

Peperiksaan Semester Kedua  
Sidang Akademik 2001/2002

Februari 2002

**IMK 104/3 – PEMAKANAN**

Masa : 3 jam

---

Sila pastikan bahawa kertas peperiksaan ini mengandungi EMPAT muka surat yang bercetak sebelum anda memulakan peperiksaan ini.

Jawab LIMA daripada tujuh soalan. Semua soalan mesti dijawab dalam Bahasa Malaysia.

...2/-

1. Bincangkan prinsip-prinsip perancangan diet serta jelaskan kelemahan-kelemahan Pelan Empat Kumpulan Makanan (Four Food Group Plan).  
(20 markah)
2. Jawab semua bahagian soalan ini:
  - (a) Bezakan antara piramid makanan Malaysia dan piramid makanan U.S.A.  
(4 markah)
  - (b) Terangkan asid amino perlu.  
(6 markah)
  - (c) Jelaskan kegunaan kekacang sebagai pengganti daging dari segi nutrisi.  
(5 markah)
  - (d) Jelaskan pembentukan asid lemak trans.  
(5 markah)
3. Jawab kedua-dua bahagian soalan ini.
  - (a) Bincangkan perubahan-perubahan fisiologi yang terjadi semasa seseorang mencapai umur lanjut serta jelaskan bagaimana perubahan-perubahan ini mempengaruhi pemakanan orang-orang tua.  
(10 markah)
  - (b) Bincangkan kebaikan penyusuan ibu serta bandingkan di antara susu ibu dan formula.  
(10 markah)

...3/-

4. Jawab semua bahagian soalan ini:

- (a) Jelaskan mengenai nutrien-nutrien yang menghasilkan tenaga.

(6 markah)

- (b) Bincangkan 3 faktor-faktor yang menentukan pemilihan makanan.

(10 markah)

- (c) Sebutkan empat mikronutrien yang perlu diberi perhatian di Malaysia.

(4 markah)

5. Jawab kedua-dua bahagian soalan ini.

- (a) Jelaskan mengenai penilaian antropometrik.

(10 markah)

- (b) Secara ringkas terangkan hubungkait antara diet dan penyakit jantung.

(10 markah)

6. Jawab kesemua bahagian soalan ini.

- (a) Terangkan dengan ringkas proses penghadaman lemak yang berlaku dalam usus kecil manusia.

(10 markah)

- (b) Jelaskan pengertian indeks glisemik dan implikasinya terhadap diet dan kesihatan.

(10 markah)

... 4/-

7. Tuliskan catatan-catatan ringkas mengenai semua perkara berikut:

- (a) Vitamin B 12 (5 markah)
- (b) Vitamin D (5 markah)
- (c) Kalsium (5 markah)
- (d) Indeks Jisim Tubuh (5 markah)